



 <p>心靈 園地</p>	<p>《12月號》</p> <p>發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心          出版日期：100/12/01          創刊日期：91/10/01          發行人：曾維昌學務長          總編輯：楊瀚焜主任          編輯：楊添智          校稿：吳少萍、林孟勤、鄭翔尹、彭峻澧、陳美娃</p>
	<p>位址：行政大樓3樓          電話：分機/2270；專線/7820807          E-mail：friend@mail.fy.edu.tw</p>
No.75 Dec-2011	

# 生命關懷系列活動-歲末感恩

## 讓愛發光·從心做起

一年又即將過去了，在這歲末寒冬的日子，除要掃除今年的陰霾之外，更要用陽光燦爛的笑容迎向新年，但也別忘了，在這個特別的日子裡，記得把對家人的思念與感謝，化成行動，給家人一個最溫暖、最窩心的擁抱，並告訴她/他：謝謝您！

諮商輔導中心配合這即將到來的節日，亦推出一系列的生命關懷系列活動，歡迎全校師生一同共襄盛舉。在此，亦請護理學院楊麗燕老師撰寫一篇文章，與全校師生一起分享生命的價值。

### 「帶一片風景走」影片的生命體會

護理學院 楊麗燕

小腦在人體中樞神經系統中佔了很重要的地位，小腦若發生病變，通常會影響運動與平衡的失調。脊髓小腦萎縮症(Spinocerebellar Ataxia, 簡寫為SCA)，是一種體染色體的顯性遺傳神經系統的疾病，而且會在未來的某一段時間內發病，這類患者發病後，走路動作搖搖晃晃，好像企鵝一般，因此又被稱為「企鵝家族」。

患者發病後的症狀有：1. 四肢動作的不協調，2. 無法進行細膩的動作，例如拿筷子吃飯、穿針引線，3. 會有發抖顫慄、4. 過度反射等症狀，同一家族中每位患者的症狀不一定相同，發病年齡不見得會相同，這種疾病是因為個案染色體上的核甘酸片斷大量的重覆，而且由於核甘酸重覆序列多存在於表現序列上，因此在患者的基因表現上的蛋白質中就存在有長鏈的麩胺酸，此種異常的蛋白質會導致細胞的死亡。體染色體顯性遺傳的小腦脊髓萎縮症依核甘酸重覆片斷所位的染色體又可細分成不同類型的小腦萎縮症。

「帶一片風景走」影片中智輝跟許多藍領階級一樣，每天在大太陽底下揮汗工作，直到妻子秀美被檢查出小腦萎縮症；由於秀美身體的改變，也讓智輝有重大的轉變；從原本不能接受，直到接納，並帶著秀美去環島；這一切重大的轉變，不只改變了智輝一家人，也改變了周遭人的看法，尤其是醫生的態度；筆者期望我們能透過此影片也體會到人生的無常，期待對於弱勢族群能夠多給與關懷、鼓勵，在此我們更應學會懂得把握、珍惜與親人相處的時刻。

「帶一片風景走」由澎恰恰與中華小腦萎縮症病友協會合作，自「百萬步的愛」一書改編，

講述一位堅毅的丈夫推著罹患小腦萎縮症妻子的輪椅，徒步環島的真人真事，這段夫妻情深在當時亦引發媒體報導與熱心民眾的關注。學校諮商中心想藉著這部電影，重新喚醒學生們及社會大眾對罕見疾病的重視、治療，以及學習病友們的積極態度、樂觀對抗病魔的勇氣；也因此更應珍惜親情、友情。黃智勇輝說，「我希望她像個生命鬥士一樣存活下去！」，鼓勵的言談中，透露出黃智輝對妻子不棄不離的深情款款。

小腦萎縮症是罕見疾病的疾病，其治療在現在醫療發達的社會，尚處於弱勢。家族遺傳疾病並不可怕，也不可恥，不需要特別去隱瞞。認識它、關心它，並且勇於面對疾病未來發展的問題，尋求社會專業團隊及社會資源協助，必要時安排基因篩檢，儘快規劃所有的事情，加入長期照護醫療險、並把工作慢慢轉回家中，考慮找尋以後可以在家中做的工作，避免家庭及社會負擔。

另外片中也有一段敘述：儘管醫師評估情況不樂觀，黃智輝並不放棄，在幫妻子完成環島的夢想後，智輝更希望她能戰勝病魔，他告訴秀美：下一次還要去龜山島，甚至是北橫、中橫，希望能夠激起秀美的求生意志。黃智輝說：「她認為她的夢想目標已完成，大腦的意識裡，就沒有推進她繼續活下去的力量，所以他現在要給她資訊，告訴她『你還有很多目標夢想，你要繼續第二個夢想！』」這些均是智輝鼓勵秀美的話。從其中我們也要學習到意念很重要，希望大家能勇敢的追夢。

黃智輝人生有此遭遇，想必心很痛，卻要用更樂觀的態度來面對。滿滿的能量蓄積在黃智輝瘦小的身體裡，照顧太太秀美十三年，從不喊苦，深深一個吻，這段夫妻情深，深情不用言語訴說。一對平凡的夫妻，有著最不平凡的愛。黃智輝在太太耳邊輕輕的約定，下輩子還一直牽手走下去，可見黃智輝與愛妻蔡秀美，兩人感人之愛的故事之深請表現。這個故事讓人感到極度的震撼；使人凜然敬佩的愛！

智輝他在知道老婆身患絕症之時即使悲傷，卻仍是用積極的態度去面對，也因為黃智輝對老婆堅定不移且深厚的愛，讓他不畏風雨，不畏萬難，斷斷續續地推著輪椅拖著菜籃背著行李，帶著老婆實現環島的夢。總之，當看完此片「一段用生命寫成的愛情故事」，相信您可見到的是在生命中體會出「只要有目標，生命就有動力」。



### #為您的權益把關

※窗口一：性別平等教育委員會—推動相關宣導措施及提供資源協助，期盼師生瞭解自身的權益

- ★勇於維護自己的權益：性騷擾、性侵害案件申請調查。
- ★法規宣導—相關資料、法規、資源請查閱本校性別平等教育網站。

<http://asp2005.fy.edu.tw/Fooyin/p3/st/CN/CN0011.html>

※窗口二：學生申訴評議委員會—別讓自己的權益睡着了

- 知道在學校裡有「誰」可以保障您在學的學習、生活與受教權益呢？
- 本校為保障學生學習、生活與受教權利，增進校園和諧，訂定了「學生申訴評議辦法」。
- 在您需要時，『學生申訴評議委員會』，將為你的權益把關！

※相關資訊管道如下：

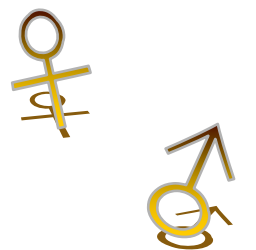
- 1.服務窗口：行政大樓3樓 學務處及學務處諮商輔導中心
- 2.申訴電話：7811151 轉 2271
- 3.申訴信箱：[friend@mail.fy.edu.tw](mailto:friend@mail.fy.edu.tw)
- 4.辦法及表單下載登入網址：

【性別平等教育】

<http://asp2005.fy.edu.tw/Fooyin/p3/st/CN/CN0011.html>

【學生申訴】

<http://asp2005.fy.edu.tw/Fooyin/p3/st/CN/CN0010.html>



## 「心世界」徵文暨海報比賽頒獎展覽

每個人，都有屬於自己的故事。有很多話藏在心中難以啟齒，不敢說、來不及說、沒機會說，而讓你後悔不已嗎？歷經兩個多月的徵文，評選出 14 篇文章、6 張海報與全校師生們一同分享每個人不同的心情故事。

- ★ 徵文暨海報比賽主題：性別平等教育、生命教育、生涯規劃及校園溫馨感人小故事
- ★ 頒獎時間：100 年 12 月 6 日 12:15
- ★ 展覽地點：B 棟中庭廣場
- ★ 展覽時間：100 年 12 月 6 日~100 年 12 月 8 日 12:00~13:00

### 情緒健檢-關懷自己系列活動

一學期一次的情緒健檢-關懷自己系列活動又開始囉！今年活動除了自我情緒檢測外，又加了其他有趣的心理測驗喔及測量血壓活動，想關心自己及體驗有趣的心理測驗嗎？同學們，一同來參與吧！

活動地點：B 棟中庭廣場 活動時間：100 年 12 月 6-8 日 12:00-13:00

註：活動內容包含趣味小遊戲、情緒健檢、生涯卡、愛情卡...等心理測驗，藉此有趣的心理測驗，讓我們來更加了解自己吧！亦讓自己過的更快樂，展現更陽光的笑容！

第一站：情緒自我檢測：努力追求快樂和興奮，曾暫停一下聽聽情緒在說話嗎？Open your mind，開始和情緒做 friend！

第二站：生涯卡：生涯價值觀的釐清是進行生涯規劃的第一步，從排列牌卡的過程，探索和澄清自己的生涯價值觀，了解你自己真正想要的和重視的是什麼！

第三站：愛情卡：從排列牌卡中，探索自己的愛情價值觀，如果有另一半，也可以藉機檢視自己和另一半在親密關係中所重視的是否相同，可以增進兩人的溝通與互動。

第四站：漣漪卡：送自己一句正向有力量的話，讓你今天一整天都有所歸屬和能量！

第五站：OH 卡：OH 卡內含兩種卡片，一種是圖卡，另一種是字卡，藉由看著圖片說故事，讓你探索內心的奧妙世界，而搭配上字卡可以讓你更了解目前的狀態與情緒。

第六站：「激」同「壓」講：您激動了嗎？想知道血壓又上升了多少嗎？就趁現在，來關心自己的身體吧！此外，前 10 名參與情緒檢測及測量者，贈送一顆抒壓球，當遭遇壓力時，可提供您抒解壓力，放鬆心情！

## <<諮商輔導中心 100 年 12 月活動一覽表>>

週數	日	一	二	三	四	五	六	主要活動
十二					12/1	12/2	12/3	* 12 月"心靈園地-生命教育"發行(12/1)
十三	12/4	12/5	12/6	12/7	12/8	12/9	12/10	* 生命教育關懷週 * 學生心理健康講座-網路成癮(12/5) * 生命影展與導覽：耕心電影院(12/6)、心靈電影院(12/8) * 100 學年第 1 學期「心世界」徵文、海報比賽展覽(評審 11/23-11/25, 12/6 頒獎, 12/6~12/8 展覽) * 情緒健檢-關懷自己系列活動(12/6~12/8) * 性別平等教育職技員工教育訓練(12/8/及 12/9) * 耕心服務隊仁愛之家養老院志願服務活動(12/10)
十四	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17	* 南資計畫-職場心理健康講座 II(12/12) * 個案研討會(12/13) * 1 月"心靈園地-友善關懷"發行(12/15) * 1 月心靈電影院-友善關懷(12/15) * 助人成長團體活動/耕心志工期末培訓(12/17)
十五	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	* 「心靈 SPA 導師」經驗傳承座談會(12/22) * 輔導教師諮商輔導專業進修(12/22)
十六	12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30		

## 有夠犀利的12月心靈影展 邀您共度浪漫溫馨的夜晚

### 【佐賀的超級阿嬤】



你也是被阿嬤帶大的孩子嗎？

八歲那年，昭廣離開廣島來到佐賀鄉下的阿嬤家，迎接他的，是一間破爛的茅屋，以及曾經帶著七個子女熬過艱困歲月的超級阿嬤。雖然日子窮到不行，但是樂天知命的阿嬤總有神奇而層出不窮的生活絕招，在物質匱乏的歲月裡豐富了昭廣的心靈，讓家裡也隨時洋溢著笑聲與溫暖……

阿嬤經典語錄：

- ※ 東西只有撿來的，沒有扔掉的。
- ※ 時鐘反著走，人們會覺得鐘壞了而丟掉。人也不要回顧過去，要一直向前進！
- ※ 彎曲的小黃瓜，切絲用鹽伴過後味道也都相同。
- ※ 人到死都要懷抱夢想！即使不能達成也無妨，因為終究是夢想嘛！

★ 導覽者：陳美娃老師及耕心服務隊

★ 參加對象：全校師生自由參加

★ 時間：100 年 12 月 6 日 18:00~20:30

★ 地點：D210 藝術教室

☆ 請勿攜帶食物及飲料入場，謝謝！

☆ 住宿生請攜帶宿舍管制卡，影片欣賞完後蓋章！

☆ 本活動有「有獎徵答」，歡迎全校師生踴躍參加！！

### 【帶一片風景走】~與您共度溫馨的夜晚

跟許多藍領階級一樣，智輝每天在大太陽下揮汗工作，直到妻子秀美查出小腦萎縮；由於秀美身體的改變，也讓智輝有重大的轉變；從原本不能接受，直到接納，並帶著秀美去環島；這一切重大的轉變，不只改變了智輝一家人，也改變了周遭人的看法，尤其醫生的態度；這很可能是現今社會普遍的問題。罕見疾病的治療，在現在醫療發達的社會，尚處於弱勢族群。因龐大的經費問題，沒有藥廠願意為他們研究並開發新藥，導致於太多罕見疾病患者，患病後只能制、緩和病情，無法治療；尤其片中所提及的小腦萎縮，十多年來，病患幾乎是在等死，這些現實的種種，在影片中也將一併點出。

這一段用生命寫出來的故事，是用百萬步堆積起來「愛的旅程」，他們不只創造了不可能，也改變了所有人的態度、觀感，故事中智輝與秀美所踏出的每一步，都看見對彼此堅定的真心、真愛，他們用步伐去達成許多夢想，一起聽著海浪聲、一起看著夕陽落日，一起聞著大自然的芳香多氛、一起嚐盡所有甘甜酸苦，即使妻子的身體一日不如一日，容貌漸漸不在青春美麗，但在先生的眼中，他的妻子永遠是美麗的女人，而屬於他們的夢，他們堅持著一起完成……。

★ 導覽老師：楊麗燕老師

★ 參加對象：全校師生自由參加

★ 時間：100 年 12 月 8 日 18:00~20:30

★ 地點：D210 藝術教室

☆ 請勿攜帶食物及飲料入場，謝謝！

☆ 住宿生請攜帶宿舍管制卡，影片欣賞完後蓋章！

☆ 本活動有「有獎徵答」，歡迎全校師生踴躍參加！！

